



دور التغذية في الشلل الدماغي

قسم التغذية العلاجية

دور التغذية في الشلل الدماغي:

عادةً ما تكون شهية الأطفال المصابين بالشلل الدماغي متوسطة أو رديئة. فهم يكتفون بكميات بسيطة بعدها يبدؤون برفض الطعام. وغالباً ما تفشل الأم في إجبار طفلها على أكل المزيد من الطعام، والطريقة السليمة هي التركيز على الأغذية عالية القيمة الحيوية وذات الكثافة العالية مثل اضافة الزبد والجبن والعسل لكثير من الأغذية ويمكن إعطاء طفلك المكملات الغذائية ذات السعرات الحرارية المرتفعة والمتوفرة في الصيدليات على هيئة بودرة او سائل فهناك أنواع من تلك المركبات جاهزة للتناول.

مهم جدا تشجيع الطفل ليأكل بنفسه ولكن تحت رقابة من الأم مع ملاحظة انه سينثر بعض الطعام لصعوبة التحكم في اليد ولا بأس بذلك مادام المكان معد للطفل بشكل سليم ونظيف.

استشارة اخصائي التغذية العلاجية ستفيد الأم والأب كثيرا في الأسلوب الأمثل لتغذية هؤلاء الأطفال.

بعض طرق زيادة القيمة الغذائية لطعام طفلك:

- أن تكون الوجبات صغيرة ومركزة وموزعة على مدار اليوم.
- إضافة حليب البودرة للكريم كراميل وماشابهها.
- استخدام الجبنة السائلة، والتي تتميز بنسبة دهون عالية.
- إضافة الزبدة أو السمن للطعام.
- إعطاء ملعقة عسل يومياُ للأطفال أكبر من سن الواحدة.
- إضافة الكريمة المخفوقة كاملة الدسم لصلصة المكرونة أو الخضار المطبوخة.
- اجعلي طفلك يشارك في إعداد الطعام معك.

علاج الإمساك:

بعض الأطفال يصابون بالإمساك نتيجة عدم تناول الغذاء بشكل كاف وقلة الحركة لصعوبتها ، وللوقاية من الامساك ننصح بالآتـي-:

- يعطى الطفل المزيد من السوائل.
- زيادة الألياف بتقديم الخبز الأسمر حسب تقبل طفلك.
- يمكنك إضافة الكويكر مع الحليب والعسل وتقديمها كوجبة خفيفة.
- قدمي له الفواكه الطازجة وخاصة التفاح مع قشره لاحتوائه على كمية أكبر من الألياف فهو أفضل من تقديم عصيرها، وتأكدي من أن الموز لا يسبب الإمساك لطفلك.
- قدمي له بسكويت الأطفال أوالذي يحوي كمية أكبر من الألياف
- حاولي إعطاء طفلك ملعقتين من العسل مذابة في فنجان ماء دافئ مع نقطتين من الليمون فإنه يساعد في علاج الإمساك بإذن الله.

أما بالنسبة لعلاج مشكلة المضغ أو البلع عند بعض الأطفال:

ينصح بتقديم الطعام المهروس لهم ، حيث يتم خلط جميع الأطعمة بالخلاط وتقديم على هيئة حساء ثقيل ،وكما ذكرنا سابقا يضاف اليه الاغذية الاتية لزيادة كثافته وفائدته الغذائية :

- الحليب الكامل الدسم.
- الزيت أو السمنه.
- الدجاج أو اللحم.
- الأرز أو الكويكر .
- الكريمة المخفوقة كاملة الدسم.